

A PARTIR DEL 1 DE OCTUBRE DE 2015



FOLLETO DEL PROGRAMA

INFORMACIÓN PARA LOS PARTICIPANTES



WIC OFRECE BUENA COMIDA Y MUCHO MÁS

WIC es un programa de nutrición que ofrece educación para la nutrición y la salud, apoyo a la lactancia, alimentos saludables y derivaciones a otros servicios gratuitos para las familias de Indiana que califican. WIC significa Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños.

WIC OFRECE A LAS FAMILIAS:

- promoción y apoyo a la lactancia;
- cheques para comprar alimentos saludables;
- derivaciones de servicios de salud y sociales;
- evaluación de vacunación y derivaciones;
- consejos para comer bien y mejorar la salud.

EL PERSONAL DE NUTRICIÓN DE WIC SE REÚNE CON CADA PARTICIPANTE DE WIC PARA:

- revisar las conductas relacionadas con la nutrición y la salud;
- proporcionar asesoramiento nutricional individual;
- apoyar a las familias para que hagan cambios a fin de mejorar la salud;
- ofrecer una selección de alimentos saludables.

Para obtener más información acerca del Programa WIC de Indiana o educación de nutrición y lactancia, visita: www.wic.in.gov



Qué llevar a tu cita de WIC:

- ✓ **Cada persona que solicite inscribirse al WIC.**
- ✓ **Un padre, un tutor o un cuidador de un bebé o un niño o una mujer menor de 18 años que solicita inscribirse al WIC.**

- ✓ **Prueba de identidad** de ti y de cada persona que solicita inscribirse al WIC.

Por ejemplo:

- Licencia de conducir
- Registro de hospitalización
- Identificación con foto
- Cartilla de vacunación
- Licencia de matrimonio
- Acta de nacimiento

- ✓ **Prueba de domicilio**

Por ejemplo:

- Factura o carta comercial dirigida a ti
- Recibo de la renta
- Licencia de conducir vigente

- ✓ **Prueba de ingresos.** Documentos de ingresos de todos los miembros de tu hogar que trabajan o tienen una fuente de ingresos.

Por ejemplo:

- Recibo de pago de los últimos 30 días; si el pago es quincenal, trae 2 recibos de pago; o si el pago es semanal, trae 4 recibos de pago.
- Carta de concesión de pensión alimenticia, manutención de niños, seguro social (incluida Seguridad de Ingreso Suplementario [SSI]).
- Declaración de desempleo o de compensación al trabajador.

Puedes ser elegible automáticamente según tus ingresos si tú o ciertos miembros de tu familia participan en Medicaid, Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF) o Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP).

Se requiere prueba de elegibilidad:

- Tarjeta Medicaid para Medicaid
- Carta de concesión para TANF o SNAP

- ✓ **Cartillas de vacunación** de todos los bebés y niños de hasta 2 años que soliciten inscribirse al WIC.

Alimento infantil

FRUTAS Y VERDURAS

Envase de 113 g o paquetes de dos botes de plástico de 113 g

Incluye un solo ingrediente o una combinación de frutas o verduras (por ejemplo, manzana y plátano, camote y manzana).

CARNES

Envase de 70 g

(Solo carne, puede incluir caldo o salsa).

Productos disponibles:

- Pavo y caldo
- Pollo y caldo
- Carne de res y caldo
- Jamón y caldo

No incluye: Bolsas, mezclas con cereales, postres, cenas o combinaciones de alimentos (por ejemplo, carnes y verduras, arroz, pasta, yogur o fideos) palitos de carne, alimentos orgánicos, azúcar añadida, almidón, sal o DHA.



Leche

LECHE LÍQUIDA

La marca más económica solo en la categoría que aparece en la lista de verificación/compras (por ejemplo, la leche entera más económica si aparece leche entera en la lista de verificación/compras).

- Entera o con vitamina D
- Con grasa reducida (2 %)
- Baja en grasa (semidescremada o con 1 %) o sin grasa (descremada)

LECHE ESPECIALIZADA Como figura en la lista de verificación/compras.

- Evaporada: 355 ml
- Deslactosada: 0.946 l o 1.89 l*
- UHT
- Polvo: 272 g o 726 g
- Solo leche 8th Continent Soymilk Original, 1.89 l
- Solo Silk Soymilk Original, 1.89 l

* Se puede cambiar dos cajas de 0.946 l por una de 1.89 l si no hay cajas de 0.946 l.

No incluye: Saborizada, imitación, orgánica, suero de leche, Milnot ni Vitamite.

Cereal infantil

CUALQUIER GRANO O MULTIGRANO

Envase de 227 g o 454 g



No incluye: Paquetes enlatados, leche de fórmula, frutas, quinua, DHA, alimentos orgánicos o paquetes variados.

Fórmula infantil

Tipo y tamaño especificados en la lista de verificación/compras



**GERBER
GOOD START
GENTLE**



**GERBER
GOOD START
SOY**



**GERBER
GOOD START
SOOTHE**

Yogurt

946 ml solamente

Se designará cualquier sabor; sin grasa, bajo en grasa o entero en la lista de verificación/compras.

No incluye: Yogur griego, orgánico, bajo en grasa o paquetes múltiples, ingredientes combinados como granola, trozos de caramelo, miel o frutos secos, más de 40 gramos de azúcar por cada porción de 227 g.

Queso

HECHA EN EE. UU., ENVASADA

227 g o 454 g solamente

Elige regular, bajo en grasa o sin grasa; en bloque, en rebanadas, rallado, en cuadros, en tiras, en palitos o desmenuzado.

Cualquiera de los siguientes sabores o combinaciones de sabores:

- Procesado pasteurizado tipo americano
- Cheddar
- Colby
- Colby-Jack
- Monterey Jack
- Mozzarella
- Provolone
- Suizos

No incluye: Queso del área de delicatessen, alimentos de queso, productos de queso, sustitutos de queso o queso para untar, o rebanadas de queso o imitación envueltas individualmente, con especias, saborizados, orgánicos, importados o cualquier tamaño más pequeño que 227 g.

Leche materna

Nutrición completa para tu bebé.

Huevos

HUEVOS BLANCOS GRANDES O EXTRA GRANDES

1 docena

Marca más económica solamente.

No incluye: Marrones, bajos en colesterol, orgánicos, Eggland's Best u otros huevos de otra especialidad, de corral o camperos.

Frutas y verduras

NO ORGÁNICAS U ORGÁNICAS

Monto en dólares especificado en el cupón de valor en efectivo.

CONGELADO

Cualquier variedad de frutas congeladas sin azúcar añadida.

Cualquier variedad de verduras congeladas, incluidos los camotes y los ñames.

No incluye: Todas las demás papas congeladas y paquetes de verduras con azúcar añadida, aceites o grasas, hierbas o especias, cremas, salsas o empanizados.

FRESCAS

- Enteras o cortadas
- Ensalada simple en bolsa

No incluye: Verduras encurtidas, aceitunas, hierbas o especias, frutos secos, productos de la barra de ensaladas, flores comestibles, calabazas ornamentales o decorativas o bandejas de fiesta con salsas, aderezos o tostones.



Consejos para ayudarte a recibir el máximo valor por tu cupón de valor en efectivo de frutas y verduras

- ✓ Considera comprar artículos de precio fijo.
- ✓ Compra artículos que no estén previamente cortados (el melón en rebanadas cuesta más que uno entero que puedes cortar y pelar en casa).
- ✓ Usa cupones para bajar el precio de los artículos y compra ofertas.
- ✓ Compra productos de estación para obtener los precios más bajos del producto.

Gráfico para comprar frutas y verduras

Precio por kilo	Kilogramo							
	0,70	1	1,13	1,40	1,60	1,80	2	2,30
\$0.69	\$1.04	\$1.38	\$1.73	\$2.07	\$2.42	\$2.76	\$3.11	\$3.45
\$0.99	\$1.49	\$1.98	\$2.48	\$2.97	\$3.47	\$3.96	\$4.46	\$4.95
\$1.49	\$2.24	\$2.98	\$3.73	\$4.47	\$5.22	\$5.96	\$6.71	\$7.45
\$1.69	\$2.54	\$3.38	\$4.23	\$5.07	\$5.92	\$6.76	\$7.61	
\$1.99	\$2.99	\$3.98	\$4.98	\$5.97	\$6.97	\$7.96		
\$2.49	\$3.74	\$4.98	\$6.23	\$7.47				

RECUERDA

Los cupones en efectivo para frutas y verduras pueden canjearse hasta el monto indicado en el cupón (como se especifica en los cheques). Si el precio de compra supera el valor indicado, el participante puede pagar el monto adicional con otra forma de oferta u optar por comprar una cantidad menor. No está permitida la devolución de efectivo o de tarjetas de regalo.



Jugo

El tamaño se especifica en la lista de verificación/compras.

100 % jugo (de fruta o verdura) y al menos 120 % de vitamina C

PUEDEN CONSERVARSE A TEMPERATURA AMBIENTE O REFRIGERADOS

1.89 l solamente Cualquier recipiente *Solo para niños*



Jugo de manzana



Jugo de uva
Morado o blanco



Jugo de toronja
Blanco o rosa



Jugo de piña



Old Orchard
100 % jugo
Cualquier sabor



Jugo de naranja



Jugo de jitomate



Jugo de verduras



Juicy Juice
100 % jugo
Cualquier sabor

No incluye: Tamaño de 1.74 l, jugo de uva Welch's de 1.89 l, jugo de naranja Natalies, jugos gourmet/premium, bebidas, jugos de cóctel, bebidas a base de frutas, bebidas a base de jugo o jugos orgánicos.

CONCENTRADO CONGELADO

340 ml - 355 ml *Solo para mujeres*



Jugo de manzana



Jugo de uva
Morado o blanco



Jugo de toronja
Blanco o rosa



Jugo de naranja



Jugo Welch's
Cualquier sabor con
etiqueta amarilla

CONCENTRADO CONGELADO

Continuación



Jugo Old Orchard
Cualquier sabor con
etiqueta verde



Jugo Dole
Cualquier sabor



Welch's
Cualquier sabor

CONCENTRADO NO CONGELADO

340 ml - 355 ml *Solo para mujeres*

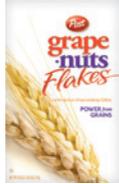


Cereal

0.51 kg o 1.02 kg solamente (se permiten 0.33 kg de avena instantánea como excepción)

*Mujeres embarazadas y las mujeres que están considerando quedar embarazadas: Busquen los cereales con 100 % VD (valor diario) de ácido fólico.

CEREAL POST



18 oz



Cereales de grano entero con vainas de vainilla
18 oz



Cereales de grano entero crujientes con miel
18 oz



Tostados con miel
0.51 y 1.02 kg



Almendras
18 y 36 oz



Vainas de canela
18 oz



18 oz



18 oz

GENERAL MILLS



Grano entero
18 y 36 oz



Solo regular
18 y 36 oz



18 oz



18 oz

B&G FOODS



Grano entero
18 oz



18 oz

KELLOGG'S



Tamaño de bocado original
Grano entero
18 y 36 oz



No congelado
Grano entero
18 oz

QUAKER



Original, sin fruta
18 oz



Solo regular
18 y 36 oz



18 oz



18 oz



18 oz



Solo original
0.33 kg



Miel
18 y 36 oz



Crema de fresa
18 y 36 oz

MALT-O-MEAL



Glaseados
18 y 36 oz



Arándano
18 y 36 oz



18 y 36 oz



Solo original
18 y 36 oz

g* = Sin gluten

g = Un mínimo de 51 % de cereal de grano entero

✓FA = 100 % del valor diario de ácido fólico



Granos enteros

PAN

Solo 0.45 kg Pan de trigo integral o de grano entero.

No incluye: Magdalenas, rollos, rosquillas o productos de panadería.



Aunt Millie's
• Remolino de pasas
• Pan blanco de grano entero



Best Choice
100 % de trigo entero



Bunny
100% de trigo entero



Butternut
100% de trigo entero



Family Choice
100% de trigo entero



Healthy Life
• 100 % de trigo entero
• 100 % de trigo de grano entero sin azúcar



Holsum
100% de trigo entero



Kroger
100% de trigo entero



Meijer
100% de trigo entero



Nature's Own
100 % de grano entero sin azúcar



Roman Meal
100% de trigo entero



Sara Lee
Clásico 100 % de trigo entero



Schnuck's
100% de trigo entero



Schwebel
100% de trigo entero



Spartan
Grano entero



Sunbeam
100% de trigo entero



Village Hearth
100% de trigo entero



Wonder
100% de trigo entero

TORTILLAS

0.45 kg solamente

Chi-Chi's

• Trigo o maíz entero

Mission

• Trigo entero o maíz

Don Pancho

• Trigo entero o maíz

Ortega

• Trigo entero

La Banderita

• Trigo entero o maíz

Best Choice

• Trigo entero o maíz

La Burrita

• Maíz

Carlita

• Tortillas de maíz de 14 cm estilo taco suave
• Tortillas de trigo entero de 20.3 cm de grano entero

Meijer

• Trigo entero 20.3 cm tamaño fajita

Spartan

• Trigo entero de 20.3 cm estilo fajita

Shurfresh

• Maíz/tortillas de maíz de 15.2 cm

Guerrero

• Trigo entero o maíz

Schnucks

• Trigo entero

Kroger

• Trigo entero

Food Club

• Trigo entero

ARROZ INTEGRAL

0.40 - 0.45 kg

Cualquier caja o bolsa simple de marca, instantáneo, rápido o regular

No incluye: Orgánico



PASTA DE TRIGO ENTERO

16 oz solamente

Pasta de trigo entero de cualquier marca y cualquier forma.

No incluye: Orgánico



Frijoles, chícharos y lentejas

SECO

Bolsa de 0.45 kg

Cualquier tipo

No incluye: Frijoles envasados cocidos, ejotes, orgánico, sopas, azúcares añadidos, condimentos añadidos, grasas, aceites o carnes.

CONSERVAS

15 - 64 oz

- Rojo (puede tener una pequeña cantidad de azúcar)
- Alubias
- Garbanzo
- Great Northern
- Frijoles carita
- Refritos sin grasa
- Negro
- Pinto
- Lima (mantequilla)
- Navy

No incluye: Frijoles envasados cocidos, ejotes, orgánico, sopas, azúcares añadidos, condimentos añadidos, grasas, aceites o carnes.

Mantequilla de cacahuete

REGULAR O CRUJIENTE

Frascos de 0.45 - 0.51 kg

No incluye: Para untar, orgánica, combinada con gelatina, malvavisco, miel, Smucker's Natural, Fifty 50, Jif Omega 3, Smart Balance, Krema, Better'n Peanut Butter, Health Valley, Reese's o mantequilla de cacahuete natural.

Pescado

Para madres completamente lactantes.

ENVASADO EN AGUA, ACEITE O CALDO DE VERDURAS

Solo latas

- Atún en trozos bajo en grasa de 141 g o 340 g
- Salmón rosado de 141, 170, 213 o 418 g

No incluye: Albacora o atún de aleta amarilla, blanco, sólido, fresco, congelado, paquete de papel de aluminio, saborizado, orgánico, marcas de precios premium como Tonno Genova y Sustainable Seas, salmón rojo y sardinas.

La lactancia materna es saludable para los bebés

Cada madre puede ayudar a su bebé a desarrollarse y crecer con su propia leche materna. También es una solución sana y asequible.

Saludable para los **BEBÉS**

- La mejor nutrición posible
- Fácil de digerir
- Reduce el riesgo de muerte súbita, infecciones del oído, virus sincitial respiratorio y diarrea.
- Ayuda a prevenir enfermedades crónicas, como la diabetes, el asma, las enfermedades cardíacas y el cáncer.
- Promueve el crecimiento del cerebro. Los estudios demuestran que los niños que fueron amamantados tienen un CI más alto.

Saludable para las **MAMÁS**

- Promueve la pérdida de peso después del embarazo.
- Previene enfermedades crónicas como la osteoporosis y el cáncer.
- Siempre listo a la temperatura adecuada.

Excelente para las **FAMILIAS**

- Ayuda a las mamás y a los bebés a mantenerse saludables.
- Las mamás y los bebés sanos son más activos y están listos para jugar.
- Ahorra tiempo, dinero y protege el medio ambiente.

WIC de Indiana tiene consultores de lactancia y consejeros entre el personal para brindar apoyo a la lactancia, sin costo alguno. WIC puede ayudar a afrontar cualquier desafío, incluida la transición de regreso al trabajo o la escuela.

Las madres que amamantan de manera exclusiva y sus bebés reciben beneficios adicionales de alimentos.



Derivaciones

Pregúntale a tu personal de WIC acerca de los servicios de tu área. Una función específica del proceso de certificación de WIC de Indiana es hacer derivaciones a Medicaid y otros programas de servicios sociales. Aunque el Programa WIC de Indiana no proporciona atención médica, WIC de Indiana derivará a todos los solicitantes a los proveedores de atención

médica, según corresponda. Algunas de las derivaciones incluyen:

- Medicaid
- TANF
- SNAP
- Programas de salud materna e infantil
- Programa ampliado de alimentos y nutrición ofrecido por los Servicios de Extensión Cooperativa
- Familias Saludables
- Coalición de Indiana contra la Violencia Doméstica
- Línea de ayuda de Indiana para dejar de fumar
- Head Start
- Departamentos de salud del condado para vacunaciones
- Cumplimiento de manutención de niños
- Centros locales de tratamiento de abuso de sustancias
- Consultorios médicos, que incluyen oficinas privadas y centros de salud comunitarios
- Almacenes de alimentos y refugios locales



Indiana State Department of Health
WIC Program

10286030 JOHN C DOB 01/01 84396250
WIC I.D. NO. NAME OF PARTICIPANT AG/CL

PAY TO THE ORDER OF ANY AUTHORIZED INDIANA WIC VENDOR ONLY FOR THESE ITEMS, SIZES, QUANTITIES ONLY

Payable Through United Community Bank Marietta, GA 64-1968 611

WIC USE ONLY

FIRST DAY TO USE OCT 16, 2015

APPROVED PRICE CORRECTION WIC USE ONLY

DATE USED

CASHIER INITIALS LAST DAY TO USE NOV 15, 2015

VENDOR MUST DEPOSIT WITHIN 30 DAYS OF LAST DAY TO USE

ACTUAL \$ AMOUNT

VENDOR PLACE INDIANA WIC STAMP HERE

QTY.	DESCRIPTION (NO SUBSTITUTIONS ALLOWED)
002	GALLON CONTAINER(S) WHOLE MILK-LEAST EXPENSIVE BRAND
001	5-18 OZ JAR PEANUT BUTTER
001	64 OZ CONTAINER(S) JUICE XXX END OF ORDER XXXX

1 PARTICIPANT/PROXY SIGN HERE ONLY AFTER PRICE IS ENTERED

2

3

5

6

843962508 061119684 02503027

Cómo utilizar un cheque de WIC

- 1 **Asegúrate de que aparezca el nombre del participante.** Comunícate con tu clínica local de WIC si alguien necesita usar el cheque de WIC.
- 2 **Comprueba las fechas.** La fecha debe ser la que se indica como "Primer día de uso" o una fecha posterior y la que se indica como "Último día de uso" o anterior.
- 3 **Elige los productos que deseas comprar de la lista de "Alimentos autorizados" en la lista de verificación/compras de WIC.** Busca los productos aprobados por WIC en este folleto.
- 4 **Agrupa los alimentos de WIC de acuerdo con lo que figura en cada lista de verificación/compras.** Mantén los alimentos de WIC separados de los otros alimentos que puedas comprar.
- 5 **Después de escanear tus productos, el cajero escribirá la cantidad total de tus alimentos de WIC.**
- 6 **El cajero te devolverá el cheque para que lo firmes.** Nunca firmes un cheque de WIC antes de que se haya completado con "el monto real en \$".
- 7 **Muestra al cajero tu firma en el dorso de tu Folleto del participante de WIC.**

Busca etiquetas en los estantes que coincidan y que estén ubicadas en muchos productos aprobados por WIC.



Consejos y recordatorios

- **No olvides recoger tus cheques a tiempo.**

Tu clínica anotará la fecha de recogida en la parte posterior de esta carpeta. Si recoges tus cheques tarde, obtienes menos alimentos para el mes.

- **Cumple con las citas.**

Llama a tu clínica de WIC si necesitas volver a programarlas.

- **Utiliza los cheques de WIC correctamente.**

Compra donde se acepten los cheques de WIC. Usa tus cheques entre las fechas indicadas en cada cheque y compra solamente los alimentos que se enumeran en el cheque y en la Lista de alimentos. Firma tus cheques después de asegurarte de que los precios son correctos.

- **Maneja tus cheques de WIC con cuidado**, como si fueran dinero en efectivo.

- **Comunícate con tu clínica local de WIC inmediatamente si algo le sucede a tus cheques.**

- **Recuerda no:**

- doblar, romper, cambiar o alterar los cheques de WIC de ninguna forma;
- vender los cheques o alimentos comprados con los cheques de WIC;
- usar los cheques que reportaste como perdidos o robados; ni
- recibir cheques de más de una clínica.

- **Considera la posibilidad de amamantar a tu bebé.**

Los bebés nacen para ser amamantados. Las madres lactantes reciben alimentos adicionales y pueden permanecer en el Programa WIC hasta un año. Solicita apoyo para la lactancia e información en tu clínica de WIC.

- **Recurso educativo**

Aprende sobre nutrición en línea en www.wichealth.org.

- **Sé cortés con el cajero.**

- **Recuerda siempre tu folleto del programa WIC.**

- Llévalo a la tienda para comprar alimentos de WIC.
- Llévalo a la clínica de WIC para todas las citas.

- **¡Compra de manera inteligente!**

- Planea cómo gastar tus cheques para tener comida para todo el mes.
- Compara los precios de los alimentos y compra la marca más barata.
- Usa cupones y busca "compra uno y llévate otro gratis" y otras ofertas de la tienda.

- **Selecciona tamaños de paquete autorizados.** Cuenta con cuidado los gramos y kilogramos para que no supere la cantidad máxima impresa en tu cheque.

- **Los alimentos de WIC no pueden ser devueltos a la tienda a cambio de crédito o efectivo o canjeados por otros artículos.**

Qué llevar al supermercado:

- ✓ Folleto del programa de WIC
- ✓ Cheques de WIC



Preguntas frecuentes

¿Qué pasa si cambio de domicilio?

Si planeas mudarte a otro lugar en Indiana, puedes visitar nuestro sitio web para obtener una lista de todas las oficinas de WIC en el estado en www.wic.in.gov. Si planeas mudarte fuera de Indiana, puedes llamar a tu oficina local de WIC. Allí te pueden dar información sobre los programas de WIC en otros estados y en el extranjero. También puedes llamar a la Oficina Estatal de WIC al 1-800-522-0874.

¿Qué es un representante?

Un representante es alguien de confianza. Tú concedes a esta persona permiso para cobrar tus cheques de WIC si no puedes ir a la tienda. Si designas a alguien como representante, esa persona debe firmar tu Folleto del participante de WIC y debe llevar el folleto al cobrar cheques de WIC en la tienda. Debes asegurarte de que tu representante entienda qué alimentos comprar y cómo usar los cheques de WIC.

Un representante podrá también tomar tu lugar en la educación nutricional o comprobar las citas de emisión. Un representante no tiene permitido reemplazar a los participantes en las citas

de certificación. El representante deberá llevar el Folleto del participante de WIC a la cita junto con un formulario válido de identificación.

¿Por qué el personal de WIC no puede hablar con mi amigo o mi madre sobre mi hijo o sobre mí?

El programa WIC protege tu derecho a la privacidad. WIC no compartirá ninguna información sin tu permiso. Esto incluye horarios de citas e información médica.

¿Qué pasa si pierdo mis cheques de WIC o me los roban?

Si crees que te han robado tus cheques de WIC, repórtalo a la policía local de inmediato. Los cheques de WIC perdidos o robados también deben ser reportados a la oficina local de WIC inmediatamente. WIC puede sustituir ciertos cheques en circunstancias excepcionales y con la documentación requerida.

¿Qué pasa si daño mis cheques de WIC?

Si derramas algo sobre tus cheques o los rasgas, devuelve los cheques a tu oficina local de WIC. WIC puede reemplazarlos.

Tus derechos y responsabilidades

Para el programa de WIC de Indiana

DERECHOS DE LOS PARTICIPANTES

1. Los estándares de elegibilidad y participación en el Programa WIC son los mismos para todos, sin distinción de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.
2. Puedes apelar cualquier decisión tomada por la agencia local sobre tu elegibilidad para el programa.
3. La agencia local pondrá a tu disposición servicios de salud, educación nutricional y apoyo a la lactancia y te alienta a participar en estos servicios.

RESPONSABILIDADES DEL PARTICIPANTE

1. Usar los cheques de WIC correctamente en la compra de artículos de WIC en la tienda
2. Usar los cheques de WIC como si fueran dinero en efectivo
3. Tratar a los empleados de la clínica y de la tienda de manera respetuosa
4. Proporcionar información veraz
5. Enseñar a tus representantes su función en el programa WIC
6. No estar en WIC en más de una clínica a la vez (en el estado o fuera del estado).

Tus derechos y obligaciones en virtud del programa también incluyen no vender, no tratar de vender ni comerciar con alimentos de WIC, fórmula o cheques en las redes sociales (por ejemplo: Facebook, Craigslist, Ebay, ventas de garaje comunitarias, etc.).

El Departamento de Agricultura de Estados Unidos prohíbe la discriminación en contra de sus clientes, empleados y solicitantes de empleo basada en la raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, represalia, y si corresponde, creencias políticas, estado civil, estado familiar o parental, orientación sexual, o la totalidad o parte de los ingresos de una persona se deriva de cualquier programa de asistencia pública o información genética protegida en el empleo o en cualquier programa o actividad realizado o financiado por el Departamento. (No todo lo prohibido se aplicará a todos los programas o actividades de empleo.)

Si deseas presentar una queja sobre discriminación relacionada con el programa de Derechos Civiles, completa el Formulario de Queja sobre Discriminación del Programa de la USDA, que se encuentra en línea en http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html o en cualquier oficina de la USDA, o llama al (866) 632-9992 para solicitar el formulario. También puedes escribir una carta que contenga toda la información solicitada en el formulario. Envíanos tu formulario o carta de queja por correo a U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410, por fax al (202) 690-7442 o por correo electrónico a program.intake@usda.gov.

Las personas sordas, con problemas de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con la USDA por medio del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339 o al (800) 845-6136 (español).

USDA es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

Citas de WIC

N.º de identificación del hogar: _____ Código de la clínica: _____

Fecha	Hora	Propósito de la visita		
		Revisar Recoger	Certificaciones/ MDU	Nutrición/Lactancia
En.				
Febr.				
Mzo.				
Abr.				
My.				
Jun.				
Jul.				
Ag.				
Sept.				
Oct.				
Nov.				
Dic.				

NOTIFICA A LA OFICINA DE WIC SI:

- no puedes cumplir con una cita programada;
- das a luz;
- dejas de amamantar;
- no puedes comprar alimentos de WIC;
- tienes problemas o inquietudes acerca de la tienda;
- tienes preguntas sobre los servicios de WIC; o
- te mudarás fuera de Indiana.



* Trae este Folleto del programa WIC a tus citas de WIC y para recoger los cheques.

PARTICIPANTES DEL HOGAR:

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

INDIANAWIC



¿TIENES PREGUNTAS?

Solo tienes que llamar al **800-522-0874** o comunicarte con tu clínica local de WIC en:

Participante, padre o tutor (letra de imprenta) Firma

Representante n.º 1 (letra de imprenta) Firma

Representante n.º 2 (letra de imprenta) Firma

ATENCIÓN

Este folleto será aceptado como prueba de identificación ante todos los proveedores de WIC autorizados en el estado de Indiana.

 **Síguenos en Twitter:**
www.twitter.com/indianaWIC

La información contenida en este folleto está sujeta a cambios.
Para completar tu educación de nutrición, visita wichealth.org.



www.wic.in.gov



Indiana State
Department of Health